Separatabdruck aus „Blätter für klinische Hydrotherapie“ 1894, Nr. 8.



Die Athmungsgymnastik bei der Lungentuberkulose.

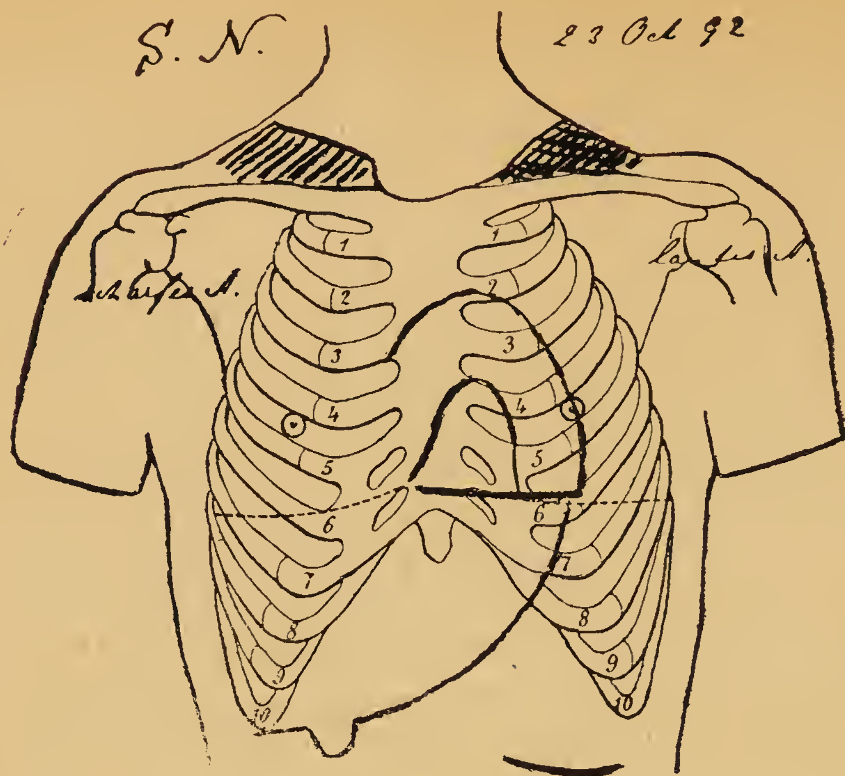
Von Dr. med. **Henry Hughes**, Arzt in Bad Soden a. T.

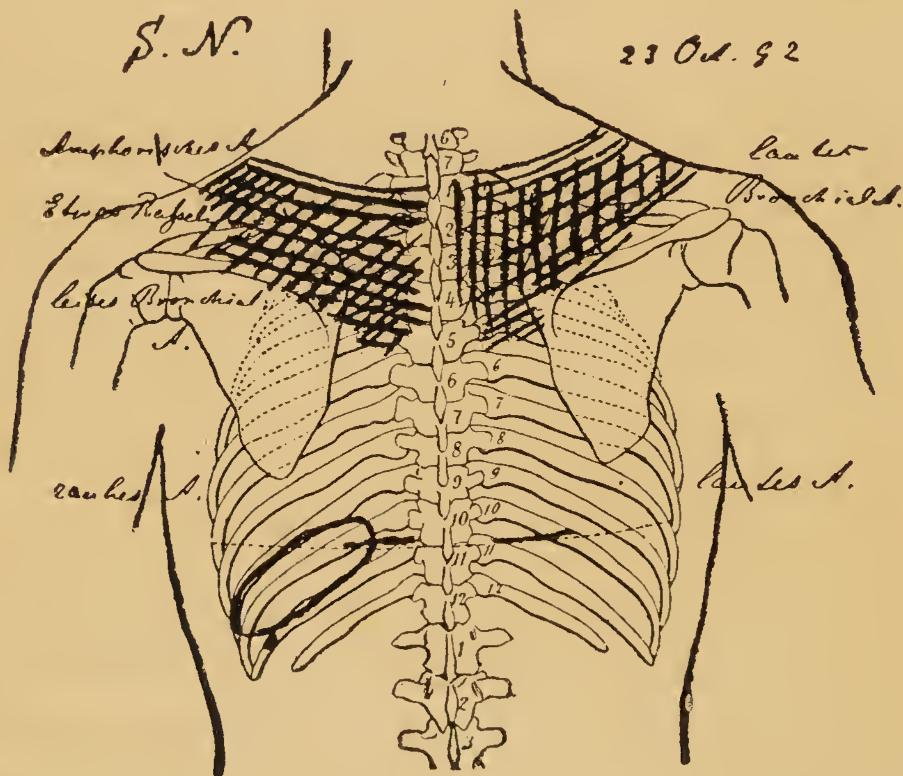
Vor vierzig Jahren herrschte in der Wissenschaft und bei den Laien unwidersprochen die Meinung, dass alle Patienten, welche von Lungentuberkulose befallen seien, stetig, wenngleich öfters langsam, an Körpergewicht abnähmen; daher rührt auch der schreckenerregende Name Schwindsucht. Dank den Bestrebungen Brehmer's hat die moderne Medicin diesen Wahn zerstört, und viel fach wird jetzt der Erfolg einer Luft cur nach den Pfunden geschätzt, welche der Patient seinem früheren Gewichte zulegt. Gleichwohl ist dieser Massstab nicht zuverlässig; so werthvoll auch die Gewichtserhöhung erscheint, so gewährt sie doch niemals eine genaue Kenntniss vom Zustande des Körpers und insonderheit der Lunge. Hier wie überall müssen sämmtliche Symptome zu einem einheitlichen Krankheitsbilde verschmelzen.

Ein zweites, äusserst wichtiges Moment für die Beurtheilung des Krankheitsverlaufes bildet der Grad und die Ausdehnung der Lungeninfiltration. Noch heutzutage ist bei den Laien, aber auch bei vielen praktischen Aerzten die Ansicht verbreitet, dass die Infiltrationen niemals zurückgehen, sondern beständig wachsen; bei jedem neuen Katarrh rückte die Infiltration weiter nach den unteren Lungentheilen vor. Ja, als die Tuberculinbehandlung im Schwunge war, las man öfters den Ausdruck der Verwunderung, weil sich die Dämpfungen hie und da aufgehellt hätten. Dergleichen Erfahrungen konnte man schon vor der Entdeckung des Tuberculins gewinnen. Ehedem bin ich voll grössten Misstrauens an diese Frage herangetreten, habe aber im Laufe der Jahre gefunden, dass sich bisweilen die Infiltrate in der That aufhellen. Besonders bei jüngeren Individuen und solchen, welche Bergsteigeübungen vorgenommen, kann man diese Beobachtung machen. Aus dieser Wahrnehmung zog ich den Schluss, dass durch kräftige Athembewegungen die Verdichtungen der Lunge wieder gelöst werden. Deshalb stellte ich viele Jahre hindurch methodische Untersuchungen an; je mehr ich mich mit dieser Frage beschäftigte, desto stärker wuchs bei mir die Ueberzeugung, dass die meisten tuberkulösen Infiltrate derart zum Schwund gebracht werden können, dass sie percutorisch nicht mehr nachweisbar sind. Selbstverständlich ist man ebenso wenig im Stande, Cavernen, Schwarten oder Narbenbildungen, wie luetische Defecte oder Vernarbungen in normale Verhältnisse

überzuführen. Dagegen kann man einfache Exsudate der Lunge stets zur Resorption bringen.

Ich wage die Behauptung, dass **sämmtliche chronischen Phthisiker, wie überhaupt sämmtliche Lungenleidende, mit Athmungsymnastik behandelt werden sollten.** Als ich vor zwei Jahren mit meinem Lehrbuche der Athmungsgymnastik in die Oeffentlichkeit trat, ward bei der Kritik der einzige Tadel laut, dass ich die Anwendung bei Lungenleiden nicht ausführlich besprochen. Der Vorwurf war berechtigt; doch geschah die Auslassung dazumal absichtlich aus dem Grunde, weil ich noch weitere Erfahrungen sammeln wollte. Denn es galt vornehmlich, bei zahlreichen Fällen oftmals, eine äusserst sorgfältige Untersuchung der Lunge vorzunehmen, um den jeweiligen Erfolg sicherzustellen; bei diesen Untersuchungen gerieth ich auf die Prüfung der Percussion und legte meine Forschungen in der „Allgemeinen Percussionslehre“ nieder.

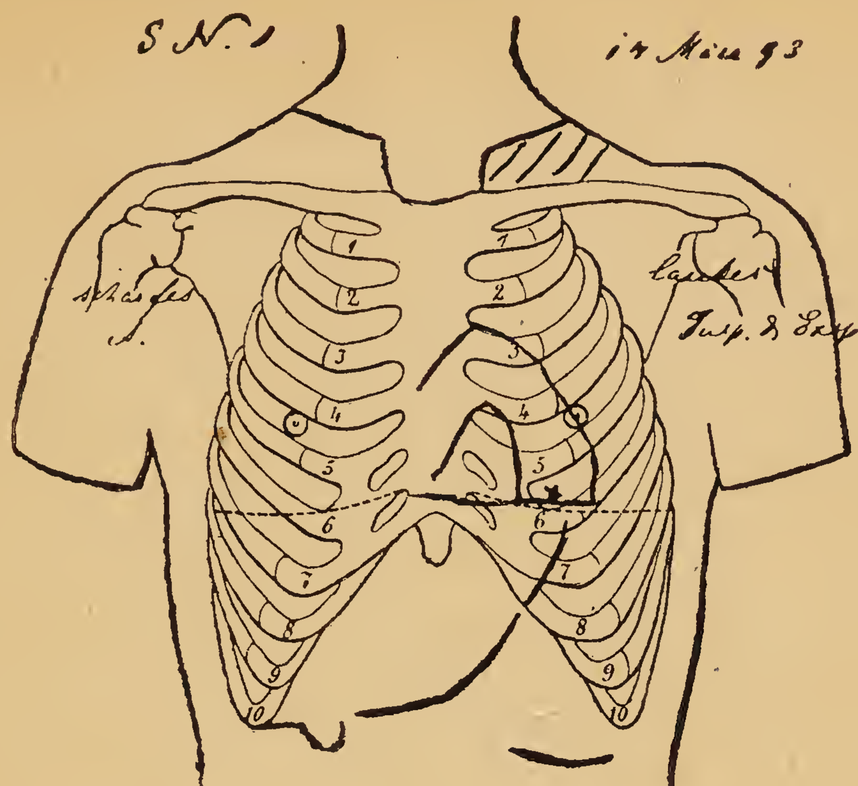




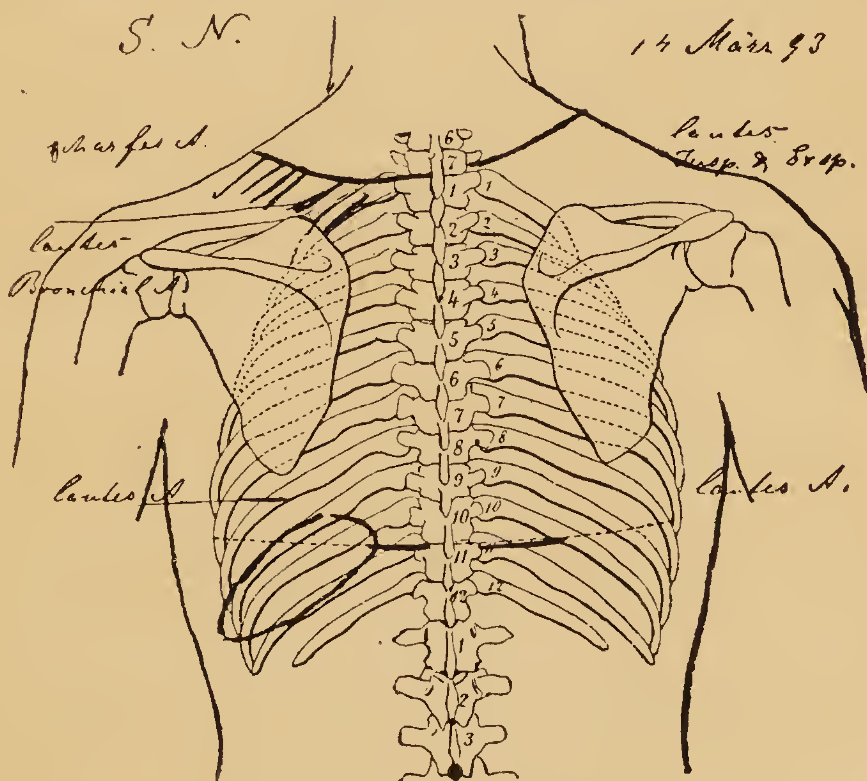
Wie man früher den Herzkranken jede Bewegung verbot, während sich jetzt herausgestellt hat, dass die Gymnastik das beste Heilmittel zur Kräftigung des Herzmuskels abgibt, so bewährt sich die Athmungsymnastik als das beste Verfahren bei der chronisch verlaufenden Tuberkulose. Ich möchte einen Fall beifügen;

obwohl er nicht der glänzendste Erfolg ist, so wähle ich ihn, weil ich den Verlauf am genauesten verfolgt habe.

Patient war schon vier Mal in Soden wegen Tuberkulose zur Cur gewesen. Im Herbste 1892 erkrankte der 18jährige Mann auf's Neue unter heftigem Fieber,



wobei sich die Dämpfung stark ausdehnte. Sobald die acute Entzündung nachgelassen, ward er nach Soden zur Wintercur gesandt. Die Abbildungen versinnlichen der Erfolg weit besser, als eine lange Beschreibung. Nach vier-



einhalb Monaten war das Exsudat völlig geschwunden bis auf eine geringe Schrumpfung der linken Spitze, wo sich eine dünne Schwarte gebildet hat; wahrscheinlich befindet sich auch LHO die Abkapselung einer kleinen Caverne. Das Gewicht stieg im Laufe des Winters von 56·5 Kg. auf 64 Kg. Ohne mein Wissen hat der Patient auch Versuche mit Athempausen gemacht; freudestrahlend theilte er einmal mit, es sei ihm jetzt gelungen, den Athem länger als eine Minute anzuhalten. Im Herbste 1893 und Frühjahre 1894 habe ich den Kranken wieder gesehen; während seiner schweren Berufsthätigkeit ist das Gewicht auf 56 Kg. gesunken. Die Lunge aber hat ihren günstigen Zustand bewahrt. Patient fühlt sich völlig wohl; er treibt noch täglich Hausgymnastik.

Gegen die Athmungsgymnastik gibt es nur zwei Contraindicationen, das sind Fieber und Blutung. Allein auch

bei diesen Gegenanzeigen darf man nicht zu engherzig zu Werke gehen. Bei stark fiebernden Lungenkranken setzt man freilich schon deshalb mit der Gymnastik aus, weil das Schwächegefühl jede anstrengendere Thätigkeit untersagt. Trotzdem habe ich manches leichte Fieber mit Schrittgymnastik erfolgreich behandelt. Eine wenig abgemagerte Patientin zum Beispiel nahm in 14 Tagen 4 Pfund zu, obgleich sie täglich Temperaturerhöhung bis 38·6 hatte und Nachts in Schweiss gebadet war.

Spitzenblutungen contraindiciren die Athmungsgymnastik keineswegs. Nach drei oder vier Wochen kann man Vernarbung erwarten und dann mit den Uebungen ruhig wieder beginnen. Bekanntlich wird der Bluterguss, welcher sich an der Lungenspitze durch Percussion nachweisen lässt, rasch resorbirt.

Selbst grosse Cavernen verbieten nicht unbedingt die Athmungsgymnastik. Ein Patient, bei dem sich im Laufe des Sommers eine grosse Höhle entwickelt hatte, trieb im Herbste unter Zunahme von 12 Pfund Schrittgymnastik. Im nächsten Frühjahre betheiligte er sich an einem regelrechten Cursus der Athmungsgymnastik und war bald so weit hergestellt, dass er seine Studien auf dem Lehrergymnasium wieder aufnehmen konnte.

Nur ein Vorkommniss ist sehr zu befürchten, das sind die Cavernenblutungen. Wenn diese gefährlichen Ereignisse bereits aufgetreten sind, so muss man die Athmungsgymnastik streng vermeiden. Solche Patienten werden selten mehr arbeitsfähig. Selbst wenn eine schonende Gymnastik von Nutzen wäre, so würde ihr doch der Patient stets bei einer etwa ausbrechenden Blutung die Schuld beimessen.

Nebenbei besitzt die Athmungsgymnastik noch den grossen Vorzug, dass sie uns auch das beste Kennzeichen zur Entscheidung an die Hand gibt, ob der Patient wieder arbeitsfähig geworden. Sobald er sich im Stande zeigt, kräftige gymnastische Bewegungen zu vollziehen, ist auch sein Leib wieder zur Erwerbsthätigkeit hinreichend erstarkt.

Bei der Anwendung der Athmungsgymnastik geht man derart vor, dass man zuerst Schrittgymnastik verordnet. So sehr diese Schrittgymnastik zur Kräftigung der Rumpfmuskulatur beiträgt, so genügt sie in der Regel nicht, die Infiltrate der Lungenspitzen zur Resorption zu bringen. Hier muss man sich energischer Mittel bedienen, der Hausgymnastik. Man lässt den Patienten einen vollständigen Lehrcurs in der Athmungsgymnastik durchmachen; ein solcher dauert bei mir vier Wochen. Erst dann darf der Patient mit der Ausführung eines Receptes beginnen. Durch Abwechseln mit den Uebungen und durch allmälige Steigerung der Ansprüche lassen sich in kurzer Zeit die schönsten Erfolge erzielen.

Ueberdies gewährt noch die Athmungsgymnastik einen unschätzbaren psychischen Vortheil. Gerade ein gymnastischer Unterricht bietet für den unbeschäftigten Geist des Patienten die beste Zerstreuung. Dass der Kranke über seinen Zustand nachsinnt, kann ihm Niemand verdenken. Leider verfällt er meist dabei in eine trübsinnige Grübelei über sein Leiden oder fröhnt der gierigen Lectüre von Conversationslexica und populären Abhandlungen. Durch die Athmungsymnastik aber wird sein Interesse auf die richtige Bahn gelenkt; er wird zur thätlichen Förderung seines leiblichen Wohles angehalten. Durch das Studium der Gymnastik werden auch die übrigen entsittlichenden Einflüsse eines längeren Curlebens paralysirt, welche dem Patienten so oft zu einem regelmässigen Berufe unfähig machen.

Selbstverlag des Verfassers. — Druck der k. Wiener Zeitung. — 1894. Nr. 226.